



# GRADO EN MAGISTERIO EN EDUCACIÓN PRIMARIA 2018/2019

Beneficios saludables en el aprendizaje de un contenido de EF

Healthy benefits in learning content of physical education

Autora: Lara Gómez Muñoz

Director: Pablo Cantera Mesones

VºBº DIRECTOR

VºBº AUTOR

## Índice

RESUMEN .....	1
ABSTRACT .....	1
PALABRAS CLAVE.....	2
INTRODUCCIÓN .....	2
JUSTIFICACIÓN .....	3
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	3
PROPUESTA INNOVADORA .....	11
Procedimiento y organización.....	11
Contextualización.....	12
Participantes.....	13
Temática .....	13
Metodología .....	13
Objetivos .....	17
Hipótesis.....	17
Análisis de datos.....	18
Resultados y conclusiones.....	288
BIBLIOGRAFÍA.....	30
ANEXOS .....	31

En el desarrollo de este trabajo, y con el propósito de facilitar la lectura del texto, se empleará el uso del masculino genérico para referirse a las personas de los dos sexos, no significando esto la utilización del uso sexista del lenguaje.

## RESUMEN

Este trabajo de investigación aborda una comparativa entre dos de los diversos estilos de enseñanza, logrando distintas reacciones del alumnado ante las diversas metodologías y favoreciendo la aparición de los distintos estilos de aprendizaje. Se recalca el beneficio en la salud que ejerce la actividad física en las personas. En este sentido, en este trabajo se ha comparado el impacto que provocan en los estudiantes, dos estilos de enseñanza opuestos, como son el estilo de enseñanza tradicional y el estilo de enseñanza creativo. Para ello, se ha llevado a cabo un exhaustivo análisis de los diversos estilos de enseñanza, estilos de aprendizaje y los beneficios en la salud que provoca la actividad física. El objetivo de esta investigación es observar cómo aprenden los niños y las niñas a través de dos estilos de enseñanza y que esos aprendizajes que obtengan, conlleven un beneficio en su salud. El análisis fue desarrollado a través de unos cuestionarios previamente realizados, que se repartieron al grupo de estudiantes que participó en la investigación. Para completarla, se han realizado diversas hipótesis de partida para comprobarlas posteriormente con el análisis de los datos recogidos. El trabajo fue concluido con una serie de conclusiones personales que se extrajeron tras obtener los resultados de los cuestionarios.

## ABSTRACT

This research work addresses a comparison between two of the different teaching styles, achieving different reactions of the students to the different methodologies and favoring the emergence of different learning styles. The health benefit of physical activity in people is emphasized. In this sense, this work has compared the impact on students, two opposing teaching styles, such as traditional teaching style and creative teaching style. To this end, an exhaustive analysis of the various teaching styles, learning styles and health benefits of physical activity has been carried out. The aim of this research is to observe how children learn through two teaching styles and that these learnings they obtain bring a benefit to their health. The analysis was developed through previously conducted questionnaires, which were distributed to the group of students who

participated in the research. To complete this, a number of starting hypotheses have been made to be verified later with the analysis of the collected data. The work was concluded with a series of personal conclusions that were drawn after obtaining the results of the questionnaires.

## PALABRAS CLAVE

Estilos de enseñanza, Estilos de aprendizaje, Beneficios en la salud, Actividad Física

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo que se va a exponer muestra una comparativa entre dos de los diversos estilos de enseñanza que se pueden localizar en el ámbito educativo. El espectro entre los distintos métodos de enseñanza que se van a analizar es amplio y se puede observar diversas diferencias.

La finalidad de esta investigación es encontrar el estilo de enseñanza que mejor se adecúe a las exigencias del alumnado. Se debe de recalcar que no existe un método de enseñanza ideal, sino que lo recomendable es mezclar diversos estilos en función de las situaciones que se presenten en la realidad del aula.

La comparación de los estilos de enseñanza que nos conciernen en este trabajo de investigación son el estilo de enseñanza tradicional y el estilo de enseñanza creativo. Ambos estilos de enseñanza son respetables y tienen beneficios y lastres.

El análisis que se va a llevar a cabo consta de una fundamentación teórica donde están las bases de dicha investigación, para poder conocer las principales características y rasgos de cada estilo de enseñanza. En este sentido, se mostrarán también los estilos de aprendizaje, debido a la interrelación existente entre los estilos de enseñanza y las consecuencias que provocan, es decir, los estilos de aprendizaje.

Debido a la importancia que tiene la vida escolar en el desarrollo emocional, física, académica, etc. De los estudiantes, es necesario conocer de primera mano cuáles son las necesidades que demandan los infantes, así como sus gustos y preferencias en el proceso de enseñanza- aprendizaje.

Durante el análisis de los dos estilos de enseñanza y la puesta en práctica que se llevará a cabo con veintitrés estudiantes, se realizarán una serie de hipótesis de partida que se comprobarán (o no) en los resultados que se obtengan a través de los cuestionarios que se proporcionarán a los discentes.

## JUSTIFICACIÓN

La finalidad que persigo a la hora de llevar a cabo esta investigación es conocer las demandas que reclaman los estudiantes, escucharles e intentar mejorar sus vidas en la escuela. Asiduamente, este análisis puede ser requerido para consulta de futuros docentes y para observar qué estilo de enseñanza se adecúa más a las demandas del alumnado, aunque esto depende de la situación y del grupo de infantes que se encuentren en el aula.

Por un lado, se encuentra el estilo de enseñanza tradicional, un estilo bastante obsoleto, donde el rasgo fundamental es la frialdad por parte del docente en la relación con su alumnado, la rigidez autoritaria de las clases y el uso del castigo como método de enseñanza.

Por otro lado, se encuentra el estilo de enseñanza creativo, caracterizado por otorgar libertad y autonomía a los discentes, y cuya relación con el docente es más cercana y democrática.

Con todo ello se pretende observar las diferencias que suscitan estos estilos de enseñanza en los infantes, para posteriormente sacar posibles conclusiones que nos lleven a las preferencias del alumnado y, de esta manera, mejorar la calidad de vida y el bienestar social de los estudiantes.

## FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para iniciar este trabajo, se comenzará por definir diversos términos que son precisos de conocer para el desarrollo de la investigación. El primero de ellos, hace referencia al concepto de **aprendizaje**, definido por Beltrán (1993) como "un cambio más o menos permanente de conducta que se produce como resultado de la práctica".

Pérez y Gardey (2008) añaden que el proceso fundamental del aprendizaje es la imitación, es decir, repetir lo observado.

Gagné (1970) define el término de aprendizaje como “un cambio de la disposición o capacidad humana, con carácter de relativa permanencia y que no es atribuible simplemente al proceso de desarrollo”. Asiduamente, para este autor el aprendizaje ha de ser el resultado de la interacción entre el individuo y su medio externo. Robert Gagné recalca que para identificar que el aprendizaje se ha desarrollado adecuadamente, se ha de tener en cuenta estas tres consignas:

- Es propio de los hombres y de los animales
- Es resultado de la interacción del individuo con su medio
- Implica una transformación en la conducta del individuo

En adición a lo anterior, dicho autor manifiesta la existencia de ocho fases que dan lugar al proceso de aprendizaje:

1. Fase de Motivación
2. Fase de Comprensión o Aprehensión
3. Fase de Adquisición
4. Fase de Retención
5. Fase de Recuperación de la Información
6. Fase de Generalización
7. Fase de Desempeño
8. Fase de Retroalimentación

A partir de las definiciones de Beltrán (1993), Pérez y Gardey (2008) y Gagné (1970), he creado una definición de aprendizaje: imitar a un organismo de tal manera que nuestra conducta se transforme de manera más o menos permanente.

Para que un aprendizaje sea significativo, Bueno et al. (1992) muestran tres condiciones que se deben dar para que exista un proceso de aprendizaje:

1. Los estudiantes deben de atribuirle un sentido personal y que no sea meramente repetitivo.
2. El aprendizaje que debe aprender el infante ha de guardar una distancia óptima entre lo que sabe y lo que tiene que aprender.
3. La autonomía del alumnado ha de respetarse.

Por otro lado, algunos de los principales enfoques desde los que se puede entender el concepto de aprendizaje son el **enfoque constructivista** y el **enfoque tradicional**. Valenciano Canet (2009) nos muestra cómo el constructivismo mantiene que una persona, en los aspectos cognitivos, sociales y afectivos del comportamiento, no es solo fruto del ambiente, ni el mero resultado de sus estructuras internas, sino una construcción propia que se desarrolla a diario como resultado de estos dos factores. Para este enfoque, el aprendizaje es la construcción de conocimientos, a partir de las conexiones entre lo nuevo y los esquemas previos que posee la persona (Canet, 2009).

Bueno et al. (1992) resalta que el modelo constructivista supone una interacción constante entre el estudiante y lo que tiene que aprender, por lo que el aprendizaje tiene valor por sí mismo y está relacionado con la modificación de la conducta del individuo que aprende. Este enfoque se basa en la teoría de Piaget y requiere que el alumnado tenga un papel activo, ya que se concibe el aprendizaje como una construcción propia del estudiante y no una mera transmisión por parte del docente.

En contraste, Tobón (2012) presenta alguna de las características más significativas del enfoque tradicional. A continuación, se exhiben cuatro de ellas:

- El aprendizaje se fragmenta en asignaturas separadas.
- Los contenidos son explicados por el docente y el estudiante tiene un papel pasivo.
- El sistema de evaluación se basa en exámenes de contenidos.
- El proceso de enseñanza-aprendizaje es dirigido por el docente en todas sus fases.

En adición a lo anterior, Gutiérrez (2003) añade que el enfoque tradicional de enseñanza-aprendizaje, se centra en la transmisión de información y en la figura del docente como casi fuente única del saber. Esta perspectiva tradicional se está modificando, dando paso a otras perspectivas pedagógicas. Asimismo, las fuentes de información están siendo transformadas con el auge de las nuevas tecnologías. La enseñanza tradicional en Educación Física se basaba en la demostración y repetición de ejercicios, siendo el docente el transmisor de los conocimientos y el estudiante el receptor de dichos conocimientos (Bueno et al. 1992).

Asiduamente, como consecuencia de los diferentes enfoques, también encontramos diversos estilos de enseñanza y de aprendizaje. Para explicar a los primeros, Delgado



Noguera (2002) define **estilo de enseñanza** como “la forma de relacionar los elementos del proceso tanto a nivel técnico como organizativo y de relación afectiva, en función de las decisiones que tome el profesor”. La variedad de contenidos en las diversas asignaturas y, en concreto, en el área de Educación Física, hace que no exista un método de enseñanza ideal. Es por ello por lo que se debe de emplear el estilo de enseñanza en función de las actividades que se vayan a desarrollar durante las sesiones.

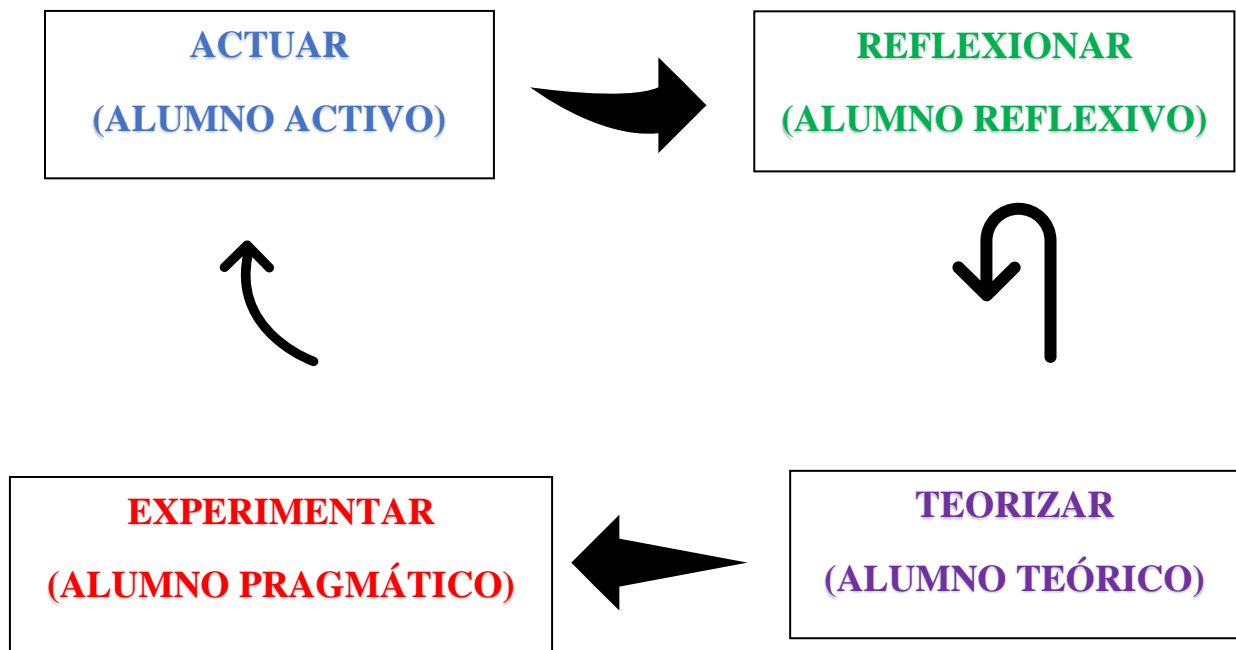
A continuación, se explicarán los distintos estilos de enseñanza en un espectro que se extiende desde el mando directo, donde el alumnado no tiene cabida en ser protagonista, hasta el aprendizaje creativo.

- ❖ Método tradicional: se caracteriza por resaltar el rol activo y autoritario del docente frente al papel sumiso y pasivo del alumnado. El profesor o profesora debe organizar la sesión, lugar, materia y dirigirla. Sin embargo, el estudiante debe reproducir las demostraciones que haga el docente, aunque no de manera mecánica, sino realizando una práctica significativa. Todas las decisiones son tomadas por el profesor o profesora, quien suele emplear un lenguaje con voces imperativas. Los pasos que se suelen seguir en una metodología tradicional serían los siguientes:
  - ✓ El docente indica al alumnado qué van a practicar y cómo se debe realizar.
  - ✓ El profesor o profesora demuestra cómo debe realizarse y cuántas repeticiones deberán de hacer.
  - ✓ El docente se asegura de que los infantes lo han comprendido y da la salida para que comiencen a realizar las actividades.
  - ✓ El profesor o profesora da feedback a los estudiantes sobre sus actuaciones durante la práctica.
- ❖ Método de asignación de tareas: caracterizado por el protagonismo del alumnado para decidir el ritmo de sus aprendizajes, esfuerzo, lugar donde desarrollar la práctica, etc. El docente adopta un papel más pasivo, teniendo más tiempo para dar retroalimentaciones en privado a los discentes. La dificultad de organizar y controlar a los numerosos grupos de estudiantes se ve solventada por esta estrategia didáctica, la cual permite que los niños sigan su propio ritmo. Para que se pueda llevar a cabo esta metodología, se deben dar dos condiciones:

- ✓ El docente debe conocer las preferencias, aptitudes, aspiraciones, etc. Del alumnado.
- ✓ El profesor o profesora debe conocer la demanda y dificultad de las tareas que motrices que va a asignar.
- ❖ Método de la enseñanza recíproca: el rasgo fundamental de este tipo de enseñanza es la agrupación del alumnado en parejas, siendo una persona el observador u observadora y la otra persona la que ejecuta. Los estudiantes adoptan un papel activo en clase, toman decisiones y siguen las pautas que marca el docente. El empleo de esta metodología requiere una progresión en cuanto al número y complejidad de las tareas. El docente tiene la misión de supervisar y organizar el trabajo de las parejas, aclarar las dudas de los estudiantes y dar feedback al observador, no al ejecutante, ya que sino restaría protagonismo a la participación activa que le ha otorgado el docente.
- ❖ Método por descubrimiento guiado: el objetivo de este método es que el alumnado descubra y solucione por sí mismo un problema planteado por el docente, quien realizará una serie de preguntas para guiarles en la búsqueda de la solución. Mediante la práctica, el discente logrará un aprendizaje significativo, ya que establecerá una relación entre lo que ha practicado y lo que ha aprendido.
- ❖ Método de resolución de problemas: a través de esta metodología los infantes realizan actividades físicas y cognitivas. Las actividades motrices que se lleven a cabo serán fruto de la actividad cognitiva que cada alumno desempeñe. Esto hará que cada uno se autorregule en base a las decisiones que vayan haciendo para resolver el problema. Con esta metodología, el docente comprobará que, ante una propuesta, los estudiantes tendrán múltiples respuestas.
- ❖ Método de autoaprendizaje o aprendizaje creativo: deriva del método anterior y el objetivo es que los infantes tengan la iniciativa de descubrir, sean autónomos y lleguen a las soluciones de los problemas que se planteen. El rol del docente es apoyar y guiar a los infantes para que lleguen de manera adecuada a la solución.

Según Keefe y Thompson (1987), los **estilos de aprendizaje** se definen como “aquellos rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos que sirven como indicadores de la forma como los individuos perciben, interaccionan y responden a sus ambientes de aprendizaje”.

El modelo de estilos de aprendizaje de Kolb (4. *Pautas-para-evaluar-Estilos-de-Aprendizajes.pdf*, s. f.) nos dice que para que alguien aprenda algo, primero ha de procesar la información que recibe. Para este autor podemos partir de una experiencia directa y concreta (alumno activo), experiencia abstracta (alumno teórico), reflexionando sobre ciertas experiencias (alumno reflexivo) o experimentando de forma activa (alumno pragmático). Según Kolb, para optimizar el aprendizaje se han de seguir estas cuatro fases:



En función de la fase en la que se encuentre el estudiante, se presentarán una serie de características generales, que a continuación se muestran:

- Estudiante activo: carece de prejuicios y no tiene miedo a experimentar nuevas experiencias. Suelen ser entusiastas e impulsivos, ya que suelen actuar antes de pensar en las consecuencias.
- Estudiante reflexivo: es precavido y analiza las experiencias que ha vivido desde diferentes perspectivas antes de llegar a una conclusión.
- Estudiante teórico: emplean el raciocinio y la lógica para sintetizar y analizar la información.

- Estudiante pragmático: busca ideas y las pone en práctica. Emplea la vía más cómoda y práctica para aplicarlo en la realidad y resolver problemas.

Asiduamente, existen otros estilos de aprendizaje («Los 12 estilos de aprendizaje», 2016) que a continuación se detallarán:

- Estudiante lógico: emplea el razonamiento y la lógica para resolver problemas o ante cualquier situación que se plantee en su vida.
- Estudiante social: este estudiante se caracteriza por querer trabajar con los demás siempre que pueda. Este estilo de aprendizaje también se llama interpersonal o grupal. Buscan conclusiones en común y una buena estrategia de enseñanza puede ser “Los roles en el grupo”, es decir, que cada uno se encargue de un aspecto y luego ponerlo en conjunto con los demás miembros del grupo.
- Estudiante solitario: se caracteriza por ser reflexivo y estudiar en soledad y tranquilo. También se nombra como un estilo de enseñanza intrapersonal.
- Estudiante visual: el alumno que se encuentra dentro de este encuadre presenta una dificultad para leer textos, aunque, sin embargo, son buenos y buenas para asimilar imágenes o gráficos.
- Estudiante aural o auditivo: son característicos por aprender mejor en el aula escuchando a los maestros, que leyendo el libro en sus hogares. También aprenden mucho de los debates, discusiones o explicaciones de los profesores.
- Estudiante verbal: el discente se caracteriza por aprender mejor leyendo y escribiendo. Son capaces de elaborar sus propios apuntes y, de esta manera, aprender mejor los conocimientos que se tengan que aprender.
- Estudiante kinestésico: los estudiantes que son de esta forma tienen en común que aprenden mejor cuando son los protagonistas del aprendizaje, aplicándolo a la práctica. Como se suele decir, los niños aprenden experimentando y haciendo, por lo que este estilo de aprendizaje es un buen ejemplo de ello.
- Estilo multimodal: existen personas que no se decantan por un estilo de aprendizaje exclusivo, sino que mezcla varios estilos de aprendizaje, aplicando los diversos rasgos de cada estilo de aprendizaje.

En el mundo del aprendizaje hay factores que favorecen un aprendizaje óptimo. Los **grupos interactivos** (Virtual, s. f.) son una forma de organización en el aula que mejoran el rendimiento académico de los discentes, sus relaciones interpersonales y la convivencia. Para que haya una mejora notable en los estudiantes, se recomienda que

los grupos sean heterogéneos en cuanto a idioma, origen cultural, preferencias y género. Además, los grupos han de ser entre cuatro y cinco personas. El docente plantea una serie de actividades por grupo y es responsable de que todos los integrantes del grupo participen mediante un diálogo igualitario.

Por otro lado, es necesario mostrar los **beneficios** que se consiguen en la **salud** de las personas gracias a la **actividad física** y la importancia de ella en periodos sensibles como la infancia. Para ello, en primer lugar, se va a definir el concepto de actividad física con el fin de tener una idea general de lo que se va a tratar a continuación. Según la OMS -Organización Mundial de la Salud- “Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía”.

A partir de este concepto se extraerán los beneficios que la actividad física acarrea en la vida diaria de los estudiantes, especialmente en la infancia que es lo que nos concierne en este trabajo de investigación.

Las ventajas y beneficios que la actividad física proporciona a las personas en la salud son numerosos y se pueden clasificar en tres categorías:

1. Los beneficios físicos, mentales y sociales para la salud durante la infancia.
2. Los beneficios para la salud derivados de la actividad física en la infancia que se transfieren a la edad adulta.
3. El remanente conductual del hábito de práctica de la actividad física saludable que se mantiene a la edad adulta. (*ActividadFisicaSaludEspanol.pdf*, s. f.)

Asiduamente, los beneficios de la actividad física durante la infancia son numerosos y a continuación, se van a mostrar parte de ellos:

- Crecimiento y desarrollo saludable del sistema cardiorrespiratorio y musculoesquelético.
- Mantenimiento del equilibrio calórico.
- Tener un peso saludable.
- Prevención de los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares (hipertensión o el elevado contenido de colesterol en sangre).
- Desarrollo de interacciones sociales.
- Sentimientos de satisfacción personal y bienestar mental. (*ActividadFisicaSaludEspanol.pdf*, s. f.)

Por otra parte, la inactividad física es más probable que provoque un exceso de grasa en los jóvenes, por lo que acentúa la probabilidad de padecer obesidad. Esta posibilidad de sufrir obesidad también crece si en la vida de los infantes predominan actividades sedentarias tales como ver la televisión o jugar a videojuegos.

El deporte es muy importante en la vida de las personas, tanto en el plano físico como en el emocional, por lo que a edades tempranas favorece el crecimiento en todos los aspectos de los estudiantes. Se trata de un medio en el que los jóvenes tienen la oportunidad de tener éxito, lo que les proporciona bienestar social, mejora su autoestima y la imagen corporal que tienen de ellos y de ellas. Además, aumenta su nivel de competencia y si los infantes tienen la autoestima baja, el deporte puede ayudar a mejorarla. En adición a lo anterior, el ejercicio físico contribuye a potenciar el funcionamiento cognitivo. Cuando los discentes están en época de estudiar, es recomendable que practiquen algún deporte puesto que la actividad física ayuda a concentrarse mejor y a tener la cabeza despejada.

## PROPUESTA INNOVADORA

### Procedimiento y organización

Para llevar a cabo esta investigación, se formarán dos grupos de unos once o doce alumnos en cada uno de ellos, pertenecientes a Quinto y Sexto de Primaria. Una vez determinados los grupos, un grupo será destinado al estilo de enseñanza tradicional o al estilo de enseñanza creativo. Una vez destinados a un tipo de enseñanza, los grupos deberán de seguir con ese estilo de enseñanza durante las dos sesiones que se desarrollen. Una vez establecidos y destinados los grupos de estudiantes, se les darán unas pautas que tendrán que seguir, sobre todo aquellos que se encuentre en el estilo de enseñanza tradicional. Algunas de esas pautas para el método tradicional serán las mostradas a continuación:

- Llevar el pelo recogido
- Camiseta metida por dentro
- Zapatillas deportivas con los cordones bien atados
- Mantener siempre el silencio

Tras mostrarles estas pautas, los discentes comenzarán con la docente de Educación Física, en el caso de que se encuentren en el grupo de la metodología tradicional, similar a una clase militar o en su defecto deberán de estar conmigo, siguiendo un estilo de enseñanza creativo. La relación que van a tener con la docente de Educación Física será fría y distante, además de que tendrán que reproducir exactamente lo que ella ordene. Los estudiantes, tras observar la demostración de la docente, deberán ejecutar exactamente de la misma manera, esa acción. No tendrán libertad, autonomía y creatividad a la hora de realizar las diversas actividades planificadas para este estilo de enseñanza.

Por otro lado, cuando los infantes finalicen las dos sesiones previstas para llevar a cabo la parte práctica del trabajo, deberán de rellenar unos cuestionarios. Se diseñarán dos, uno para cada estilo de enseñanza, aunque las diez preguntas, serán iguales para los dos métodos de enseñanza. Las respuestas de los estudiantes no estarán coaccionadas ni condicionadas por ninguna de las dos docentes, por lo que podrán ser libres de responder lo que deseen y hayan sentido tras recibir el estilo de enseñanza que les haya tocado recibir.

### Contextualización

La investigación se va a llevar a cabo en el CEIP Eloy Villanueva, un centro educativo ubicado en el barrio de Monte y caracterizado por su programa bilingüe. En concreto, en este trabajo será importante la participación de los estudiantes de los cursos más altos, debido a que esas edades son ideales para iniciarles en cualquier deporte. Estas actividades forman parte de ejercicios de iniciación al fútbol, por lo que, como en todos los deportes, habrá personas que se desenvuelvan mejor que otras en las actividades que se lleven a cabo. La investigación está prevista que se desarrolle en dos sesiones, donde se realizarán dos grupos diferenciados; cada uno estará en un estilo de enseñanza diferente. Los infantes que empiecen con la otra docente en la primera sesión continuarán con ella durante la segunda sesión. Se debe tener en cuenta de que el contenido que han de aprender durante estas dos sesiones es previsible que muchos estudiantes lo conozcan.

## Participantes

Los estudiantes que van a participar en esta investigación serán aquellos que formen parte de los cursos de 5° y 6° de Educación Primaria. Es de recalcar que, en este centro escolar, en las clases de Educación Física, se mezclan dos cursos del mismo ciclo en cada clase. De esta manera, se mezclarán a los discentes de: 1°-2°; 3°-4° y 5°-6°. Por lo tanto, en los dos grupos que se van a realizar en esta investigación, habrá estudiantes de 5° y 6° en ambos grupos. Es una buena técnica para mejorar la convivencia del centro porque los discentes se conocen y se reducen los conflictos. El número de estudiantes que estarán en cada uno de los dos grupos, estarán en torno a los once o doce alumnos.

## Temática

Los contenidos que se van a impartir giran en torno a la iniciación del fútbol. Es por ello por lo que se enseñará los conceptos básicos de este deporte, siendo la temática principal los pases, tiros y en el caso de los infantes que se encuentren en el estilo de enseñanza tradicional, las posiciones de un equipo de fútbol a través de un partido a mitad de campo.

## Metodología

La investigación se llevará a cabo en dos sesiones diferenciadas, en las cuales se organizará al alumnado en dos grupos de unos once o doce estudiantes pertenecientes tanto a Quinto de Primaria como a Sexto. Para este trabajo, contaré con la ayuda de la docente de Educación Física del centro educativo, que llevará un estilo de enseñanza basado en el esfuerzo y la participación del alumnado. Sus clases poseen una serie de características que posteriormente se van a enumerar.

En este sentido, sus clases también se caracterizan por educar a los estudiantes en la igualdad. De esta manera, la docente emplea un lenguaje inclusivo y hace que los discentes se sienten en el círculo central de la pista del pabellón, alternando un niño y una niña hasta que sea posible. Además, se implica en las clases que imparte de manera que, al hacer la carrera continua en el inicio de las sesiones de Educación Física, la docente corre con los infantes. Asimismo, la docente les inculca que nadie va a cuidar



su cuerpo, por lo que es responsabilidad de ellos sentirse bien con ellos mismos y correr para hacer crecer un corazón sano.

Como se ha mencionado anteriormente, en sus clases se valora el esfuerzo por encima del resultado, por lo que no importa tanto el producto final de los ejercicios que realizan los infantes, sino el cómo lo están llevando a cabo y el interés que muestran en las clases. Otra de las características que definen las clases de esta docente son la transmisión de valores positivos que trascienden de sus aulas, tales como la solidaridad, compañerismo, sentirse bien con uno mismo, respeto hacia uno mismo y hacia los demás estudiantes y docentes, responsabilidad, autodisciplina, etc. A continuación, se muestra una enumeración de los principales rasgos que se presentan en las clases de la docente de Educación Física:

- ✓ Responsabilidad y autonomía en el alumnado
- ✓ Igualdad en el aula
- ✓ Se inculca a los estudiantes el deber de realizar equipos nivelados
- ✓ Se premia el esfuerzo
- ✓ Positividad
- ✓ Valores: compañerismo, igualdad, responsabilidad, etc.
- ✓ Se enseña a los niños y niñas la responsabilidad que tienen consigo mismos
- ✓ Fomenta el bienestar en los estudiantes
- ✓ Las clases son dinámicas
- ✓ Fomento del fairplay en todas las actividades (juego limpio)
- ✓ Enseña a los discentes que acuden al centro educativo a aprender y divertirse, no a competir
- ✓ La persona que sabe más enseña a la persona que no sabe o no tiene tantos conocimientos sobre un tema o deporte

De esta manera, se llevarán a cabo diversas actividades en función del estilo de enseñanza. Como se ha mencionado anteriormente, el grupo que se encuentre dentro del estilo de enseñanza tradicional estará regido por muchas normas estrictas, la clase tendrá un carácter inflexible, de modo que se hará lo que la docente establezca, en este caso seré yo quien lleve a cabo este tipo de enseñanza. Para ello, se pedirá a los estudiantes que sigan una serie de normas y que las acaten sin cuestionar a la docente.

A continuación, se va a exponer una tabla que recoge las actividades que se van a desarrollar en cada uno de los dos estilos de enseñanza y a lo largo de las dos sesiones:

## **SESIÓN 1**

<b>MÉTODO TRADICIONAL</b>	<b>MÉTODO CREATIVO</b>
Dar 3 vueltas a buen ritmo, en parejas, sin huecos	Calentamiento con el juego de la cadeneta
Calentamiento tipo: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mover tobillos</li> <li>- Mover rodillas</li> <li>- Mover cintura</li> <li>- Rotar brazos</li> <li>- Mover cuello de lado a lado</li> </ul>	Pases en dos equipos, se hacen dos círculos y tienen que ir de una línea a otro dándose pases sin que se salga el balón del círculo
Golpeo a la pared, cada uno con un balón con diferentes partes del pie (interior, exterior, en peine, planta)	Circuito básico con finalización (saltar a pies juntos unas setas, coger balón y hacer zigzag entre conos pequeños y pegar a puerta desde fuera del área)
Ejercicios de pases: <ul style="list-style-type: none"> <li>-obligatorio por parejas en hilera y en caso de ser impares, puede haber un trío</li> </ul>	Partido entre dos equipos: la docente no hará pausas, ni explicaciones, juego libre
Circuito físico (5 postas, 3 series): <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zigzag con balón (cada uno que salga con uno y le vaya llevando en cada posta que realice)</li> <li>- Abdominales bien hechas</li> <li>- Saltos con dos piernas</li> <li>- Sprint</li> </ul>	
Partido por posiciones, analítico, corrigiendo en cada momento	

## **SESIÓN 2**

<b>MÉTODO TRADICIONAL</b>	<b>MÉTODO CREATIVO</b>
Dar 3 vueltas a buen ritmo	Calentamiento con el juego de pescar petos
Calentamiento tipo: <ul style="list-style-type: none"><li>- Mover tobillos</li><li>- Mover rodillas</li><li>- Mover cintura</li><li>- Rotar brazos</li><li>- Mover cuello de lado a lado</li></ul>	Fútbol tenis, sin condiciones, simplemente que utilicen cualquier parto del cuerpo de cintura para abajo para trabajar el tren inferior
Pases por parejas	Ejercicio de finalización con regate libre y la defensa pasiva o poner un cono en función del nivel
Tiros a puerta (dar al larguero únicamente) durante 10 minutos	Partido libre
Partido analítico (lo mismo que en la otra sesión)	

El método tradicional se caracteriza por tener un carácter autoritario por parte de la docente e inflexible, es decir, los discentes deberán de acatar todas las órdenes que se les pidan y, tras la demostración de la docente en cada actividad, deberán de reproducir dichos movimientos o gestos.

Por otro lado, el método creativo, llevado a cabo por la otra docente, se fundamenta en la autonomía, libertad y protagonismo de los estudiantes, teniendo éstos y éstas la oportunidad de ser creativos en sus acciones. Asiduamente, las relaciones sociales son más positivas puesto que los niños tienen libertad de interactuar con los demás.

Tras realizar la puesta en práctica de la investigación, se pasará unos cuestionarios a los discentes que hayan participado en este trabajo, para conocer los resultados de sus valoraciones y comprobar si se verifica la hipótesis inicial. El único inconveniente que se prevé en esta investigación es que los discentes de este centro educativo no tienen un correo electrónico, por lo que los cuestionarios no van a poder ser enviados a través de

un enlace, sino que se les pasará a mano y tras ello, deberé de pasar los resultados a los cuestionarios online para sacar las estadísticas de los resultados dados.

## Objetivos

Los objetivos que se persiguen en esta investigación tratan de comparar dos estilos de enseñanza totalmente diferentes y ver en cuál de ellos los estudiantes se sienten mejor, interactúan más y, sería interesante ver en dónde se desenvuelven mejor y aprenden más rápido y mejor, aunque teniendo en cuenta que los alumnos pertenecen a los últimos cursos de Primaria, es probable que ya hayan practicado el deporte del fútbol y por tanto, estas nociones básicas sean ya conocidos por estos y estas.

A continuación, se van a enumerar los objetivos que se buscan lograr con esta investigación:

- ✚ Comparar el método de enseñanza tradicional con el método de enseñanza creativo
- ✚ Conocer la valoración del alumnado en cuanto a los estilos de enseñanza a los que se han sometido
- ✚ Enseñar a los estudiantes diversos métodos de enseñanza
- ✚ Impartir unos conocimientos básicos de un deporte a través de dos estilos de enseñanza diferentes y/u opuestos

## Hipótesis

Los métodos de enseñanza son diversos y ninguno es mejor que otro. En función a las actividades que se van a llevar a cabo, se podrán realizar a través de un método u otro, pudiéndose desarrollar en una misma sesión diversos métodos de enseñanza. En cuanto a la puesta en práctica de esta investigación, las hipótesis que se plantean son las siguientes:

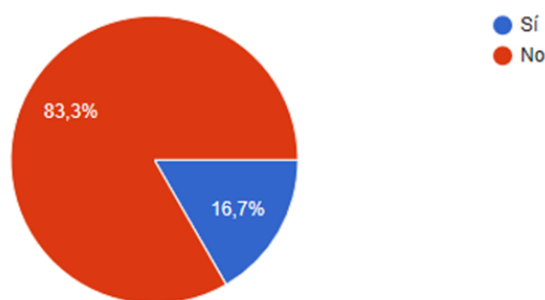
- Los estudiantes prefieren un método de enseñanza creativo, donde tengan más libertad, autonomía y una distancia más cercana con la docente.
- El grupo de estudiantes que está dentro del método de enseñanza tradicional es probable que no estén satisfechos con esta metodología.
- La relación fría docente-alumnado no es bien recibida por los estudiantes.
- La relación cálida docente-alumnado es bien recibida por los estudiantes.

## Análisis de datos

Una vez distribuidos los cuestionarios diseñados para cada grupo, se extraerán los resultados concluidos de la investigación. Las estadísticas provienen de dos cuestionarios con las mismas preguntas, pero destinados a dos grupos diferentes. Por un lado, se encuentra el grupo que ha recibido las sesiones con un estilo de enseñanza tradicional y, por otro lado, se encuentra el grupo que ha recibido las sesiones con un estilo de enseñanza creativo. Posteriormente, se mostrarán los gráficos de los resultados junto con un breve comentario objetivo. Se comenzará con los resultados del cuestionario “estilo de enseñanza tradicional” y luego se dará paso al cuestionario del “estilo de enseñanza creativo”. Estos cuestionarios se realizarán después de las dos sesiones. Del mismo modo, se hará una comparación de los datos obtenidos de un grupo y de otro. Dichos resultados pueden no representar totalmente lo que los estudiantes querían transmitir, debido a que algún infante puede no haber entendido alguna pregunta.

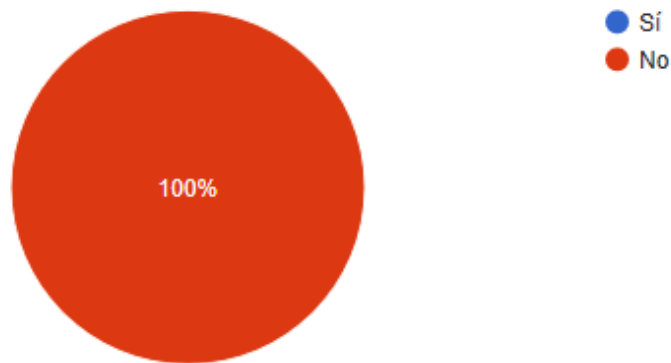
### Cuestionario “estilo de enseñanza tradicional”

#### **1. Estoy contento/a con el estilo de enseñanza que he recibido**



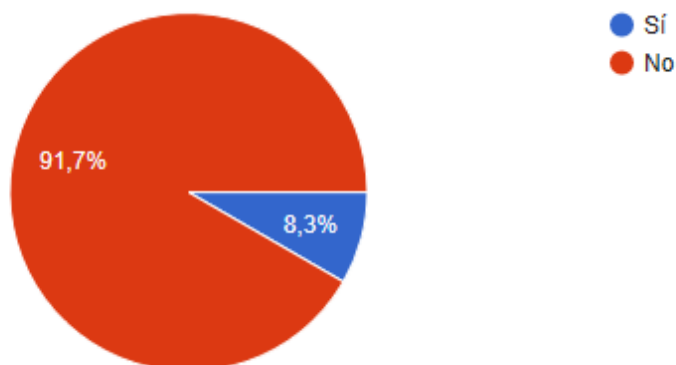
Como se puede observar en este primer gráfico, el grupo que recibió el estilo tradicional muestra que un 83,3% no estuvo contento con la clase que les fue impartida. Solo un 16,7% mostró haber salido satisfecho con la clase que recibieron.

## 2. Creo que este estilo de enseñanza es bueno para dar clase



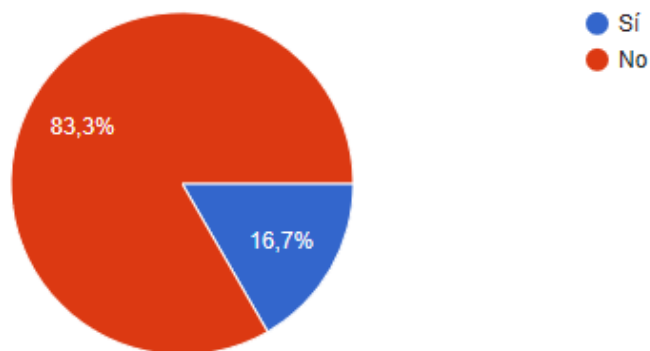
En este segundo gráfico se puede observar cómo la totalidad (100%) del grupo muestra su negativa ante el estilo de enseñanza tradicional como metodología a emplear en el aula.

## 3. Me gusta este estilo de enseñanza



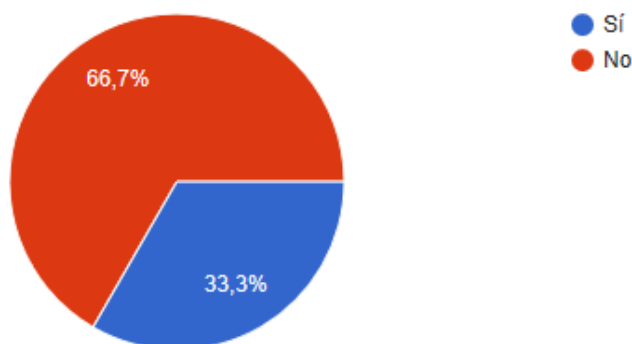
Aquí se muestra una antítesis en cuanto a la preferencia de este grupo puesto que hay una minoría que prefiere este estilo de enseñanza, mientras que la anterior pregunta hubo una totalidad que mostraba su rechazo por esta metodología.

#### 4. Me he sentido a gusto con este método de enseñanza



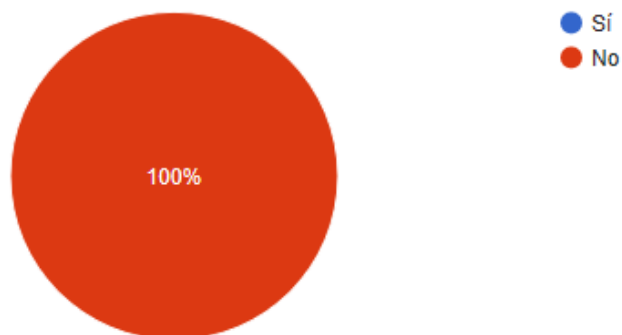
En la línea del anterior gráfico, en este se aprecia una pequeña incongruencia, puesto que existen estudiantes que se sienten a gusto con este tipo de enseñanza (16,7%) pero, sin embargo, en el primer gráfico se observa que la totalidad del grupo manifiesta que no creen que sea un buen estilo de enseñanza para dar clase.

#### 5. ¿Crees que has aprendido más con este estilo de enseñanza?



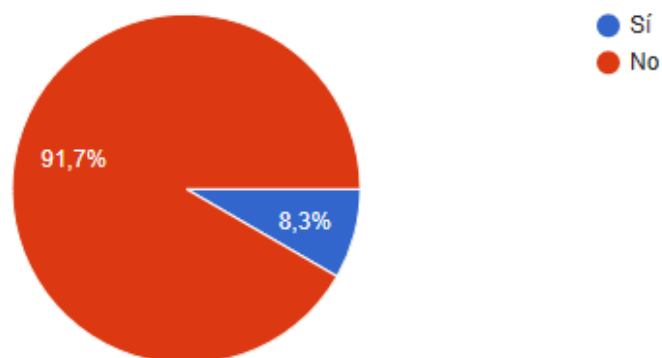
En esta pregunta se presenta que un 66,7% de los infantes creen que no han aprendido más con este estilo de enseñanza, frente al 33,3% que cree que sí que han aprendido, aunque sea de otra forma.

**6. Me gustaría que me sigan dando clase con esta manera de enseñar**



En este gráfico se manifiesta, por una unanimidad (100%), que no a los discentes no les gustaría que les dieran clase con el método de enseñanza tradicional.

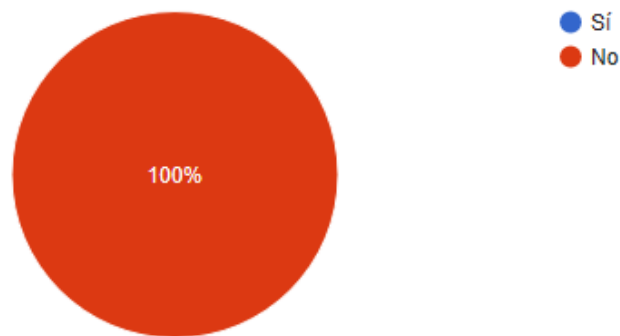
**7. Creo que he tenido mucha autonomía y libertad a la hora de hacer los ejercicios**



En esta cuestión, puede que algún estudiante no haya entendido la pregunta ya que este estilo de enseñanza tiene un carácter rígido e inflexible, por lo que es difícil que hayan podido tener libertad y autonomía en los ejercicios.

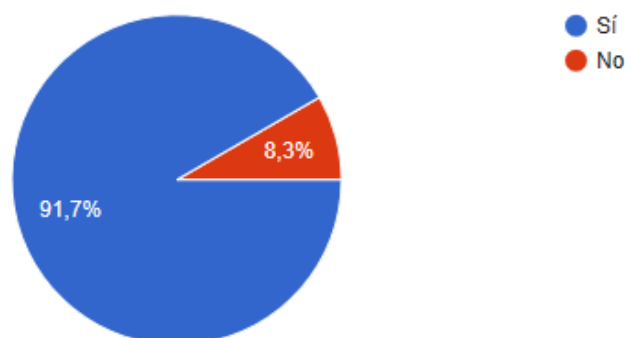


**8. Prefiero tener una profesora que esté constantemente dándome órdenes**



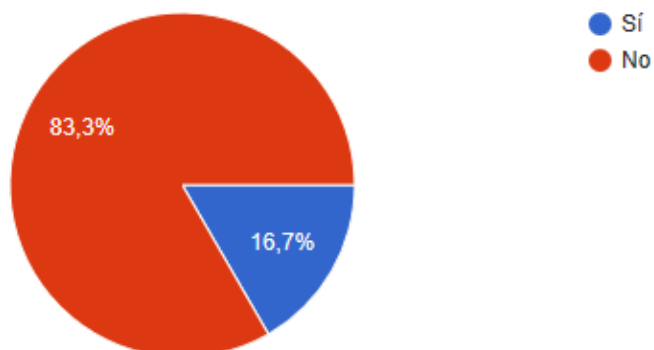
En esta pregunta, hay un pleno en el acuerdo de la respuesta, ya que todos los alumnos y alumnas coinciden en que no prefieren a una docente que les esté dando órdenes constantemente.

**9. Me gusta ser creativo/a y protagonista en las actividades que hago**



Esta es otra de las cuestiones que suscitan cierta paradoja debido a que existe un 8,3% de los infantes que no les gusta ser creativos/as ni ser protagonistas de las actividades que hacen. Probablemente, ese alumno o alumna no haya entendido la pregunta. Por otra parte, el 91,7% muestra que sí les gusta ser creativos y creativas, además de sentirse protagonistas de lo que hacen.

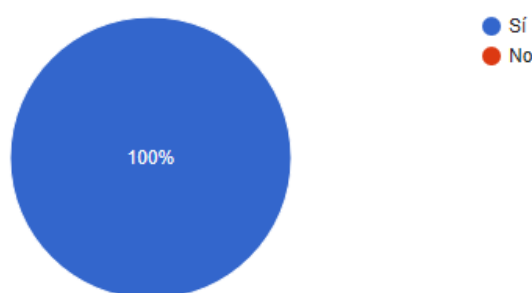
#### 10. Me ha gustado cómo ha dado la clase la profesora que me ha tocado



Finalmente, en la última gráfica se presenta cómo al 83,3% de los estudiantes no les ha gustado cómo ha dado clase la docente, es decir, no les ha gustado que haya sido estricta y fría con ellos y ellas. Sin embargo, existe un 16,7% de los discentes a los que sí les ha gustado su forma de impartir la clase.

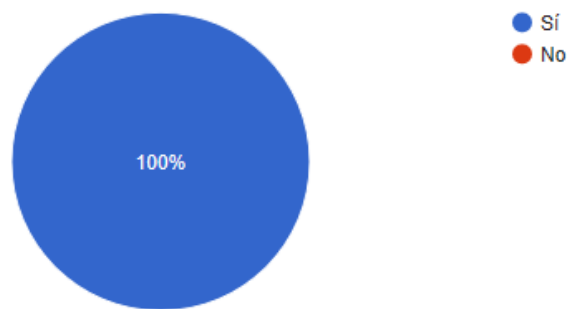
#### Cuestionario “estilo de enseñanza creativo”

##### 1. Estoy contento/a con el estilo de enseñanza que he recibido



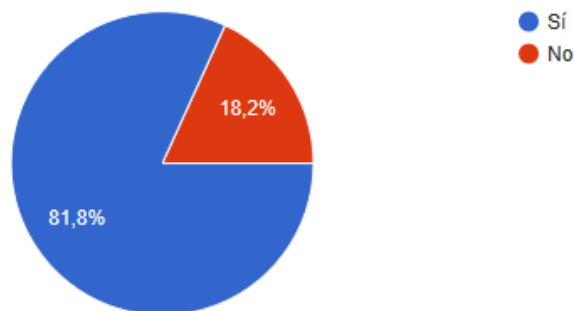
En este primer gráfico, se muestra que el 100% de los estudiantes están contentos con el estilo de enseñanza que les ha sido impartido.

## 2. Creo que este estilo de enseñanza es bueno para dar clase



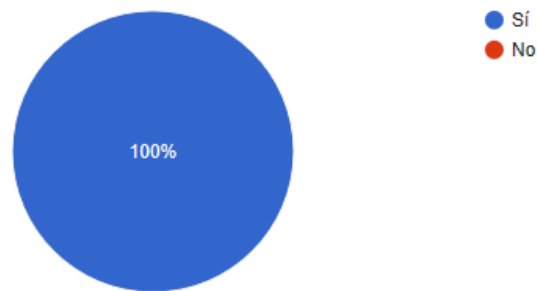
En relación con el anterior gráfico, los infantes también coinciden en que este estilo de enseñanza es bueno para dar clase, de manera unánime.

## 3. Me gusta este estilo de enseñanza



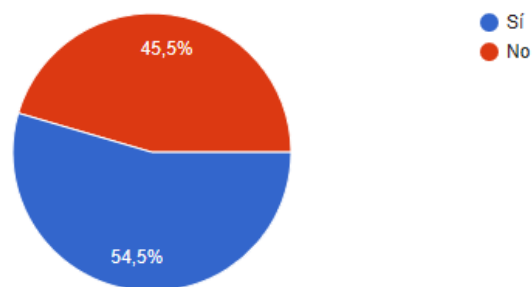
En este gráfico se empieza a observar cierta discrepancia entre la opinión de los discentes en las cuestiones anteriores y en la respuesta que proporcionan en esta. Un 18,2% de los estudiantes opinan que no les gusta este estilo de enseñanza, frente al 81,8% que muestra que les gusta.

#### 4. Me he sentido a gusto con este método de enseñanza



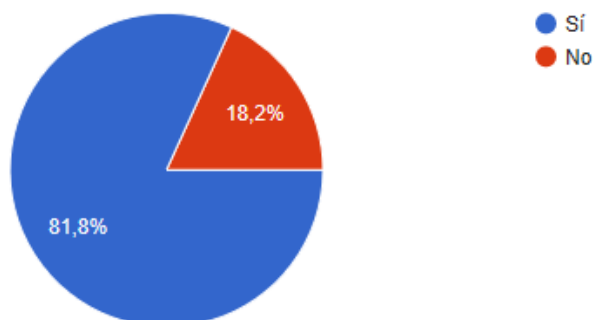
En este gráfico se puede observar que el 100% de los infantes se sintieron cómodos con este método de enseñanza.

#### 5. ¿Crees que has aprendido más con este estilo de enseñanza?



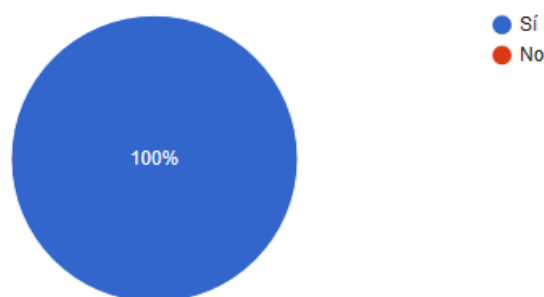
En cuanto a la eficacia de este estilo de enseñanza, hay división de opiniones. Un 54,5% de los discentes creen que sí han aprendido más con este estilo de enseñanza, frente al 45,5% que creen que no han aprendido más.

#### 6. Me gustaría que me sigan dando clase con esta manera de enseñar



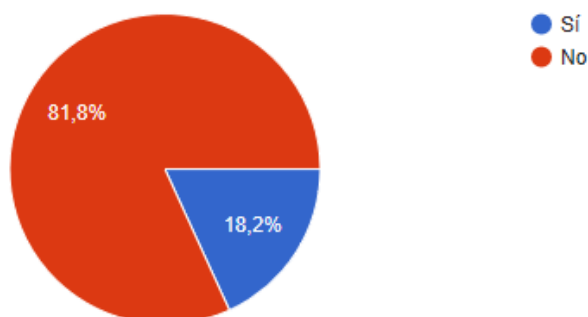
En esta gráfica se vuelve a encontrar cierta discrepancia debido a que un 18,2% de los estudiantes opinan que no les gustaría que les impartieran clases con este estilo de enseñanza. Sin embargo, la mayoría de ellos, un 81,8% muestra su gusto por este método de enseñanza.

**7. Creo que he tenido mucha autonomía y libertad a la hora de hacer los ejercicios**



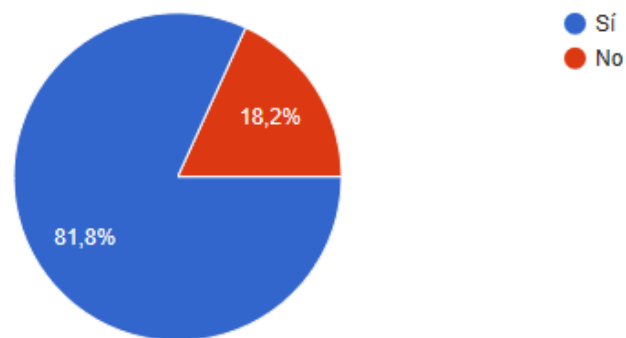
En este gráfico, se observa que el 100% del alumnado se ha sentido libre y de manera autónoma en las clases que les fue impartidas.

**8. Prefiero tener una profesora que esté constantemente dándome órdenes**



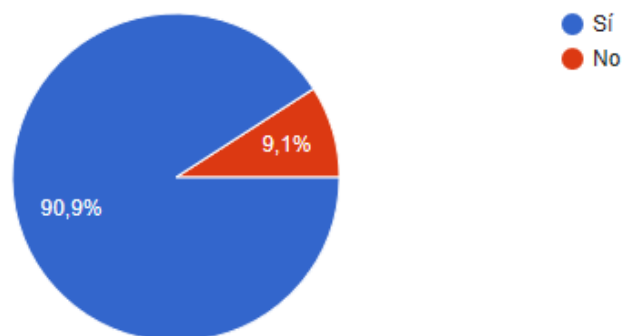
Al 81,8% de los alumnos no quieren a una docente que les esté constantemente dando órdenes y mandatos. Sin embargo, existe un 18,2% de los infantes a los que sí que les gustaría tener una docente así.

### 9. Me gusta ser creativo/a y protagonista en las actividades que hago



Al igual que en el anterior gráfico, en este se presenta que al 81,8% de los estudiantes les gusta ser creativos y protagonistas de las actividades que realizan. Sin embargo, sigue habiendo un 18,2% que está en contra de ello.

### 10. Me ha gustado cómo ha dado la clase la profesora que me ha tocado



Finalmente, al 90,9% del alumnado les ha gustado cómo ha impartido la clase la docente que ha llevado a cabo este tipo de enseñanza. No obstante, al 9, 1% de los estudiantes no les ha gustado cómo ha impartido la clase la docente.

## Resultados y conclusiones

En la conclusión de este trabajo de investigación, es de recalcar la consecución de los objetivos que se marcaron en el inicio del trabajo. Todos y cada uno de ellos se han logrado, por lo que considero que el trabajo que se ha llevado a cabo ha merecido la pena y podrá servir para futuros docentes, alumnos y otros agentes de la comunidad educativa que quieran observar las reacciones de los estudiantes frente a los diversos estilos de enseñanza, de aprendizaje y los beneficios que la actividad física conlleva en la salud.

Con este trabajo podemos aprender que cada niño es un mundo y puede tener gustos distintos, por lo que existen factores que no se han analizado en este trabajo pero que también pueden influir en la personalidad del infante, como el origen contextual del que provenga.

Cabe destacar que las hipótesis que se plantearon en el comienzo del trabajo se han corroborado después de desarrollar las sesiones en el centro educativo. En este sentido, tras entregarles los cuestionarios a los discentes, se pudo confirmar que, en líneas generales, los estudiantes preferían un estilo de enseñanza más creativo, frente a un estilo de enseñanza tradicional. Asiduamente, la relación fría entre la docente y el alumnado no era bien recibida por ellos y por ellas, preferían una relación más cálida y tener confianza con su docente. Todo ello depende de los estilos de aprendizaje en los que se desenvuelva el niño o niña y sus características personales, de manera que en función del estudiante que sea, se adecuará al gusto un estilo de enseñanza u otro.

Por otro lado, gracias a esta investigación se puede aprender que no existe un método de enseñanza mejor que otro, para cada situación puede aplicarse el que más se adecúe a ese momento. El estilo de enseñanza tradicional no ha sido grato para los niños y niñas, pero eso no quiere decir que no sea eficaz, con este método de enseñanza también se aprenden nuevos conceptos, aunque a través de la repetición, de ahí que no sea bien recibido en líneas generales por el alumnado. Además, yo diría que este estilo de enseñanza puede ser muy beneficioso en los inicios deportivos de los niños.

En cuanto a los beneficios que proporciona la actividad física en las personas, se muestra a diario en las clases de educación física de la docente con la que he llevado a

cabo la práctica de este trabajo de investigación. Admiro su manera de dar clase, puesto que les inculca a los infantes la responsabilidad que han de tener con ellos mismos, para tener salud y un corazón sano. Son responsables de cuidarse, nadie mejor que ellos y ellos, les va a cuidar, por lo que me parece esencial que, desde edades tempranas, tengan esa responsabilidad, ya que a medida que crezcan tendrán más conciencia sobre la importancia de practicar deporte.

Los beneficios en la salud son visibles cuando los niños realizan actividad física, por lo que éstos han estado presentes durante las sesiones que se han empleado en este trabajo. Al practicar deporte, ya han mejorado su salud. Un apunte a tener en cuenta puede ser que, en la metodología tradicional, el alumno está menos activo que un discente que se encuentre en la metodología creativa, debido a la rigidez característico del primer método de enseñanza.

Por otra parte, puede que existan ciertas discrepancias en las respuestas de los niños en los cuestionarios, ya que en ciertos casos resultaban paradójicas las respuestas que daban entre una pregunta y otra. En general, se puede determinar que hoy en día, los alumnos prefieren docentes con los que puedan dialogar, esto se debe también a los numerosos cambios sociales y políticos que se han llevado a cabo durante la historia de nuestro país.

Finalmente, considero que las diferencias entre los estilos de enseñanza y aprendizaje que se han comparado se hubieran visto más claras si los contenidos de la puesta en práctica hubieran sido totalmente nuevos para los alumnos. El fútbol es un deporte muy conocido, que se encuentra cerca del día a día de los niños y niñas. Sin embargo, me alegro de que haya podido elegir este deporte, porque también hay que destruir que este deporte sea el deporte rey, dando paso a las numerosas jugadoras que hay federadas hoy en día. Uno de los objetivos personales que tenía era el de mostrar a los discentes que las chicas también practicamos deporte y que también lo hacemos bien, por lo que para concluir este trabajo he de decir que me siento orgullosa de que los niños y niñas hayan reaccionado bien en este experimento y de que estén siendo educados en la igualdad, con la suerte de haber contado con dos mujeres docentes y deportistas.



## BIBLIOGRAFÍA

Bueno, L. M., Campuzano J., Fontecha, C., Loidi, A., Manchón, J. I., Moral, P., Perona, M., Rico, I., Ruiz, L.M. y Vázquez, B. (1992). Educación Física. Madrid: Gymnos editorial.

Camacho, Á. & Delgado, M.Á. (2002). Educación Física y Estilos de enseñanza. Barcelona: INDE Publicaciones.

Keefe, J. W. y Thompson, S. D. (1987). Learning Style: Theory and Practice. Reston, VA: NASSP

### Webgrafía

4. *Pautas-para-evaluar-Estilos-de-Aprendizajes.pdf*. (s. f.). Recuperado de

<https://cursa.ihmc.us/rid=1R440PDZR-13G3T80-2W50/4.%20Pautas-para-evaluar-Estilos-de-Aprendizajes.pdf>

*ActividadFisicaSaludEspanol.pdf*. (s. f.). Recuperado de

<https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adultos/actiFisica/docs/ActividadFisicaSaludEspanol.pdf>

Los 12 estilos de aprendizaje: ¿en qué se basa cada uno? (2016, noviembre 4). Recuperado 13 de mayo de 2019, de <https://psicologiymente.com/desarrollo/estilos-de-aprendizaje>

Virtual, M. K. T. (s. f.). Grupos Interactivos. Recuperado 24 de abril de 2019, de Comunidade de Aprendizagem website: <https://www.comunidadeaprendizaje.com.es/grupos-interactivos>

## ANEXOS

Enlaces para acceder a las preguntas y respuestas de los cuestionarios:

[https://docs.google.com/forms/d/1D9HYGHIUdFMj6bPw7q7Ty6LV04\\_fdmK9p9E5RIC38PU/edit](https://docs.google.com/forms/d/1D9HYGHIUdFMj6bPw7q7Ty6LV04_fdmK9p9E5RIC38PU/edit)

<https://docs.google.com/forms/d/1UUhBXRI826uPY1fynhTZKH52VnpU0xpiIf15KIjtI/edit>

### PREGUNTAS CUESTIONARIO

Estilo tradicional/ Creativo

1. Estoy contento/a con el estilo de enseñanza que he recibido
  - Sí
  - No
2. Creo que este estilo de enseñanza es bueno para dar clase
  - Sí
  - No
3. Me gusta este estilo de enseñanza (si es que no, ¿cómo te gustaría que fuera?)
  - Sí
  - No

---

---

---

---

4. Me he sentido a gusto con este método de enseñanza

- Sí
- No

5. ¿Crees que has aprendido más con este estilo de enseñanza?

- Sí
- No

6. Me gustaría que me sigan dando clase con esta manera de enseñar

- Sí
- No

7. Creo que he tenido mucha autonomía y libertad a la hora de hacer los ejercicios

- Sí
- No

8. Prefiero tener una profesora que esté constantemente dándome órdenes

- Sí
- No

9. Me gusta ser creativo/a y protagonista en las actividades que hago

- Sí
- No
-

10. Me ha gustado cómo ha dado la clase la profesora que me ha tocado

- Sí
- No